

ВСТУПИТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ

Для абитуриентов, поступающих на специальность

20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

Вступительное испытание ФИЗО состоится 11.08.2025, 12.08.2025 в первом учебном корпусе Калинина 111 (спортивный зал)

Списки абитуриентов и время проведения уточнять на сайте geo-tech.rf 10.08.2025

При себе иметь:

1. Паспорт
2. Спортивная форма (обувь сменная)

Ответственный секретарь приёмной комиссии



И.Е.Тен

Министерство образования Ставропольского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Георгиевский техникум механизации, автоматизации и управления»

Согласовано:

Председатель ЦК

Чурикова И.И. Чуринова

«13» июня 2025г

Протокол № 11



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГТМАУ

Л.М. Фенева

«13» июня 2025г.

ВСТУПИТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ

для абитуриентов, поступающих на специальность
20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

Экзамен по физической культуре: выполнение контрольных упражнений.

Особенности проведения вступительного испытания.

1. Экзамен по физической культуре направлен на определение уровня физической подготовленности абитуриентов и осуществляется посредством проведения контрольных упражнений.

2. Контрольные упражнения позволяют определить уровень развития физических качеств (общей физической подготовки). Для определения уровня развития скоростных и координационных способностей – челночный бег 4х9 м, для определения уровня развития скоростно-силовых качеств – прыжок в длину с места, для определения уровня развития силы – сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на гимнастической скамейке (девушки).

3. Тестированию подлежат абитуриенты, относящиеся по состоянию здоровья к основной медицинской группе.

4. Абитуриенты являются на вступительные испытания, имея при себе спортивную одежду и обувь с нескользкой подошвой.

5. На разминку перед выполнением контрольных упражнений отводится 30 минут.

Описание и методика проведения тестирования.

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для юношей), в упоре лежа на гимнастической скамейке (для девушек) – выполняется из положения упора лежа (юноши), руки на гимнастической скамейке (высота скамейки не более 50 см) (девушки), ноги на полу, туловище прямое. Испытуемый сгибает руки, не задерживаясь в этом положении, разгибает их, сохраняя прямое туловище во время всего движения. Упражнение выполняется максимальное количество раз. Допускается одна попытка. Тест прекращается, если угол при сгибании рук в локтевых суставах превышает 90°; если испытуемый задерживается в одной из поз более 2 сек.; если туловище испытуемого согнуто или прогнуто.

2. Прыжок в длину с места. Испытуемый становится носками к черте, поднимает руки вверх, стоя на всей ступне, затем отводит их назад, слегка присев (старт пловца), и махом руками вперед, толкаясь двумя ногами одновременно, прыгает как можно дальше вперед.

Длина прыжка измеряется в сантиметрах от черты до ближайшей к черте точки приземления (по пяткам или рукам). Выполняются две попытки. Засчитывается лучший результат. Результат не засчитывается, если испытуемый в начале прыжка заступил за черту.

3. Челночный бег 4х9 м. Выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 9 м. Испытуемый начинает бег с высокого старта. По команде «Марш!» начинает бег на дистанцию 9 м, касается линии рукой, поворачивается крутом и продолжает бег в обратном направлении (всего 4 отрезка), пробегая четвертый 9-метровый отрезок, финиширует. Необходимо выполнить это задание как можно быстрее. Результат фиксируется в секундах. Выполняется одна попытка.

4. Критерии оценки представлены в таблицах нормативов общей физической подготовки.

5. Результаты заносятся в протокол, выводится средний балл, после чего результаты экзамена доводятся до сведения абитуриентов.

ТАБЛИЦА
оценки результатов тестовых испытаний для абитуриентов,
поступающих на специальность 20.02.02 Защита в чрезвычайных
ситуациях

ОЧКИ	ЮНОШИ			ОЧКИ	ДЕВУШКИ		
	отжимание	челночный бег 4х9 м	прыжок в длину с места		отжимание	челночный бег 4х9 м	прыжок в длину с места
51	55	7,5	260	51	51	8,0	234
50	54	7,6	258	50	50	8,1	232
49	53	7,7	256	49	49	8,2	230
48	52	7,8	254	48	48	8,3	228
47	51	7,9	252	47	47	8,4	226
46	50	8,0	250	46	46	8,5	224
45	49	8,1	248	45	45	8,6	222
44	48	8,2	246	44	44	8,7	220
43	47	8,3	244	43	43	8,8	218
42	46	8,4	242	42	42	8,9	216
41	45	8,5	240	41	41	9,0	214
40	44	8,6	238	40	40	9,1	212
39	43	8,7	236	39	39	9,2	210
38	42	8,8	234	38	38	9,3	208
37	41	8,9	232	37	37	9,4	206
36	40	9,0	230	36	36	9,5	204
35	39	9,1	228	35	35	9,6	202
34	38	9,2	226	34	34	9,7	200
33	37	9,3	224	33	33	9,8	198
32	36	9,4	222	32	32	9,9	196
31	35	9,5	220	31	31	10,0	194
30	34	9,6	218	30	30	10,1	192
29	33	9,7	216	29	29	10,2	190
28	32	9,8	214	28	28	10,3	188
27	31	9,9	212	27	27	10,4	186
26	30	10,0	210	26	26	10,5	184
25	29	10,1	208	25	25	10,6	182
24	28	10,2	206	24	24	10,7	180
23	27	10,3	204	23	23	10,8	178
22	26	10,4	202	22	22	10,9	176
21	25	10,5	200	21	21	11,0	174
20	24	10,6	198	20	20	11,1	172
19	23	10,7	196	19	19	11,2	170
18	22	10,8	194	18	18	11,3	168
17	21	10,9	192	17	17	11,4	166

16	20	11,0	190	16	16	11,5	164
15	19	11,1	188	15	15	11,6	162
14	18	11,2	186	14	14	11,7	160
13	17	11,3	184	13	13	11,8	158
12	16	11,4	182	12	12	11,9	156
11	15	11,5	180	11	11	12,0	154
10	14	11,6	178	10	10	12,1	152
9	13	11,7	176	9	9	12,2	150
8	12	11,8	174	8	8	12,3	148
7	11	11,9	172	7	7	12,4	146
6	10	12,0	170	6	6	12,5	144
5	9	12,1	168	5	5	12,6	142
4	8	12,2	166	4	4	12,7	140
3	7	12,3	164	3	3	12,8	138
2	6	12,4	162	2	2	12,9	136
1	5	12,5	160	1	1	13,0	134

**Нормативы общей физической подготовки для абитуриентов,
поступающих на базе основного общего образования (9 классов)**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение	Юноши					Девушки				
			баллы									
			«5»	«4»	«3»	«2»	«5»	«4»	«3»	«2»		
1.	Силовые	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши); сгибание и разгибание рук в упоре лежа на гимнастической скамейке (девушки) (кол-во раз)	50 и выше	40-49	30-39	29 и ниже	20 и выше	15-19	10-14	9 и ниже		
2.	Координационные	Челночный бег 4x9 м (сек)	9,5 и ниже	9,6- 10,0	10,1- 10,8	10,9 и выше	10,5 и ниже	10,6- 10,9	11,0- 11,5	11,6 и выше		
3.	Скоростно- силовые	Прыжок в длинну с места (см)	230	210	200	менее 200	185	170	160	менее 160		